



# 老子

人法地，地法天，  
天法道，道法自然。

插图 注释眉批版

## 老子道家智慧 一本通

麦贤宾 ◎ 注译

石油工业出版社



插图注释眉批版

# 老子道家智慧一本通

麦贤宾◎注释

石油工业出版社

## 内容提要

本书通过点题、阅读提示、原文、注释、翻译和眉批，以及精美的手绘插图，为读者展示了先秦伟大思想家老子的思想精华。

### 图书在版编目 (CIP) 数据

老子道家智慧一本通 / 麦贤宾注译  
北京：石油工业出版社，2015.3

ISBN 978-7-5183-0141-6

I. 老…

II. 麦…

III. 老子—哲学思想

IV. B223.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 151353 号

## 老子道家智慧一本通

麦贤宾 注译

---

出版发行：石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网址：[www.petropub.com](http://www.petropub.com)

编辑部：(010) 64250921 营销部：(010) 64523603

经 销：全国新华书店

印 刷：北京晨旭印刷厂

---

2015 年 3 月第 1 版 2015 年 3 月第 1 次印刷

710 × 1000 毫米 开本：1/16 印张：17

字 数：295 千字

---

定 价：29.80 元

(如出现印装质量问题，我社发行部负责调换)

版权所有，翻印必究

传统文化的标志

人类思想的顶峰





## 道德经

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 上篇道经 .....           | 003 |
| 零零壹 / 道可道非常道 .....   | 004 |
| 零零贰 / 天下皆知美之为美 ..... | 005 |
| 零零叁 / 不尚贤 .....      | 006 |
| 零零肆 / 道冲而用之 .....    | 006 |
| 零零伍 / 天地不仁 .....     | 007 |
| 零零陆 / 谷神不死 .....     | 008 |
| 零零柒 / 天长地久 .....     | 008 |
| 零零捌 / 上善若水 .....     | 009 |
| 零零玖 / 持而盈之 .....     | 011 |
| 零壹零 / 载营魄抱一 .....    | 011 |
| 零壹壹 / 三十辐同一毂 .....   | 013 |
| 零壹贰 / 五色令人目盲 .....   | 013 |
| 零壹叁 / 宠辱若惊 .....     | 014 |
| 零壹肆 / 视之不见 .....     | 014 |
| 零壹伍 / 古之善为道者 .....   | 016 |
| 零壹陆 / 致虚极 .....      | 018 |
| 零壹柒 / 太上 .....       | 018 |
| 零壹捌 / 大道废 .....      | 020 |
| 零壹玖 / 绝圣弃智 .....     | 020 |
| 零贰零 / 唯之与阿 .....     | 021 |
| 零贰壹 / 孔德之容 .....     | 023 |
| 零贰贰 / 曲则全 .....      | 023 |
| 零贰叁 / 希言自然 .....     | 025 |
| 零贰肆 / 企者不立 .....     | 025 |
| 零贰伍 / 有物混成 .....     | 026 |
| 零贰陆 / 重为轻根 .....     | 028 |
| 零贰柒 / 善行无辙迹 .....    | 028 |
| 零贰捌 / 知其雄，守其雌 .....  | 030 |
| 零贰玖 / 取天下而为之 .....   | 031 |

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 零叁零 / 以道佐人主 .....    | 033 |
| 零叁壹 / 夫兵者，不祥之器 ..... | 033 |
| 零叁贰 / 道常无名 .....     | 035 |
| 零叁叁 / 知人者智 .....     | 035 |
| 零叁肆 / 大道汜兮 .....     | 036 |
| 零叁伍 / 执大象 .....      | 037 |
| 零叁陆 / 将欲歛之 .....     | 038 |
| 零叁柒 / 道常无为 .....     | 038 |
| <br>                 |     |
| 下 篇 德 经 .....        | 041 |
| 零叁捌 / 上德不德 .....     | 042 |
| 零叁玖 / 昔之得一者 .....    | 043 |
| 零肆零 / 反者道之动 .....    | 044 |
| 零肆壹 / 上士闻道 .....     | 044 |
| 零肆贰 / 道生一 .....      | 046 |
| 零肆叁 / 天下之至柔 .....    | 047 |
| 零肆肆 / 名与身孰亲 .....    | 048 |
| 零肆伍 / 大成若缺 .....     | 049 |
| 零肆陆 / 天下有道 .....     | 050 |
| 零肆柒 / 不出户知天下 .....   | 051 |
| 零肆捌 / 为学日益 .....     | 051 |
| 零肆玖 / 圣人无常心 .....    | 052 |
| 零伍零 / 出生入死 .....     | 053 |
| 零伍壹 / 道生之 .....      | 054 |
| 零伍贰 / 天下有始 .....     | 054 |
| 零伍叁 / 使我介然有知 .....   | 056 |
| 零伍肆 / 善建者不拔 .....    | 056 |
| 零伍伍 / 含德之厚 .....     | 057 |
| 零伍陆 / 知者不言 .....     | 058 |
| 零伍柒 / 以正治国 .....     | 059 |
| 零伍捌 / 其政闷闷 .....     | 060 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 零伍玖 / 治人事天莫若啬 .....    | 061 |
| 零陆零 / 治大国若烹小鲜 .....    | 062 |
| 零陆壹 / 大邦者下流 .....      | 062 |
| 零陆贰 / 道者万物之奥 .....     | 064 |
| 零陆叁 / 为无为 .....        | 065 |
| 零陆肆 / 其安易持 .....       | 065 |
| 零陆伍 / 古之善为道者 .....     | 067 |
| 零陆陆 / 江海所以能为百谷王者 ..... | 069 |
| 零陆柒 / 天下皆谓我道大 .....    | 069 |
| 零陆捌 / 善为士者不武 .....     | 070 |
| 零陆玖 / 用兵有言 .....       | 071 |
| 零柒零 / 吾言甚易知 .....      | 072 |
| 零柒壹 / 知不知尚矣 .....      | 073 |
| 零柒贰 / 民不畏威 .....       | 073 |
| 零柒叁 / 勇于敢则杀 .....      | 074 |
| 零柒肆 / 民不畏死 .....       | 075 |
| 零柒伍 / 民之饥 .....        | 076 |
| 零柒陆 / 人之生也柔弱 .....     | 076 |
| 零柒柒 / 天之道 .....        | 077 |
| 零柒捌 / 天下莫柔弱于水 .....    | 079 |
| 零柒玖 / 和大怨，必有余怨 .....   | 080 |
| 零捌零 / 小国寡民 .....       | 081 |
| 零捌壹 / 信言不美 .....       | 082 |

## 通玄经

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 第一篇 道原 .....      | 087 |
| 零零壹 / 老子论道 .....  | 088 |
| 零零贰 / 论大丈夫 .....  | 090 |
| 零零叁 / 有智慧的人 ..... | 094 |
| 零零肆 / 孔子问道 .....  | 097 |
| 零零伍 / 欲望与天性 ..... | 098 |



|                            |            |
|----------------------------|------------|
| 零零陆 / 万物之总 .....           | 101        |
| 零零柒 / 刚强与柔弱 .....          | 104        |
| <b>第二篇 精诚 .....</b>        | <b>109</b> |
| 零零壹 / 道与政令 .....           | 110        |
| 零零贰 / 最理想的治人之道 .....       | 111        |
| 零零叁 / 人之道的含义 .....         | 113        |
| 零零肆 / 黄帝治天下 .....          | 115        |
| 零零伍 / 真人的智慧 .....          | 118        |
| 零零陆 / 圣人之游 .....           | 119        |
| 零零柒 / 君主的言行 .....          | 121        |
| 零零捌 / 大道无为 .....           | 123        |
| 零零玖 / 论思虑 .....            | 125        |
| 零壹零 / 圣人之德 .....           | 126        |
| 零壹壹 / 死亡与名声 .....          | 128        |
| 零壹贰 / 意念与精神 .....          | 129        |
| 零壹叁 / 讲话要有主题 .....         | 129        |
| 零壹肆 / 圣人的心 .....           | 130        |
| 零壹伍 / 无为精神 .....           | 131        |
| <b>第三篇 九守 .....</b>        | <b>133</b> |
| 零零壹 / 取法于天地 .....          | 134        |
| 零零贰 / 人受天地变化而生 .....       | 134        |
| 零零叁 / 五藏与五色、五音、五味的关系 ..... | 137        |
| 零零肆 / 虚寂 .....             | 139        |
| 零零伍 / 守无 .....             | 140        |
| 零零陆 / 守平 .....             | 141        |
| 零零柒 / 守易 .....             | 142        |
| 零零捌 / 守清 .....             | 143        |
| 零零玖 / 守真 .....             | 145        |
| 零壹零 / 守静 .....             | 147        |

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 零壹壹 / 守法 .....       | 147 |
| 零壹贰 / 守弱之一 .....     | 148 |
| 零壹叁 / 守弱之二 .....     | 151 |
| 零壹肆 / 守朴 .....       | 152 |
| <br>                 |     |
| 第四篇 符言 .....         | 155 |
| 零零壹 / 至高无上的道 .....   | 156 |
| 零零贰 / 追求名利之人 .....   | 156 |
| 零零叁 / 万物相克原理 .....   | 158 |
| 零零肆 / 论生死 .....      | 159 |
| 零零伍 / 论施舍与回报 .....   | 160 |
| 零零陆 / 德行与名誉 .....    | 160 |
| 零零柒 / 最高的道德标准 .....  | 161 |
| 零零捌 / 鼓励与批评 .....    | 163 |
| 零零玖 / 分配原则 .....     | 164 |
| 零壹零 / 论礼物 .....      | 164 |
| 零壹壹 / 论欲望 .....      | 167 |
| 零壹贰 / 论修身 .....      | 167 |
| 零壹叁 / 天道明察 .....     | 168 |
| 零壹肆 / 圣人的品行 .....    | 170 |
| 零壹伍 / 修道之人 .....     | 170 |
| 零壹陆 / 论境界 .....      | 172 |
| 零壹柒 / 论抱怨 .....      | 173 |
| 零壹捌 / 论嘴巴与耳朵 .....   | 173 |
| 零壹玖 / 关于人的性情 .....   | 174 |
| 零贰零 / 人的德行强弱 .....   | 175 |
| 零贰壹 / 小人与君子 .....    | 176 |
| 零贰贰 / 论生存 .....      | 176 |
| 零贰叁 / 人的内心 .....     | 178 |
| 零贰肆 / 论正直 .....      | 179 |
| 零贰伍 / 圣人对生死的态度 ..... | 179 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 零贰陆 / 论霸业 .....         | 180 |
| <b>第五篇 道 德</b> .....    | 183 |
| 零零壹 / 文子问道 .....        | 184 |
| 零零贰 / 实践大道之人 .....      | 187 |
| 零零叁 / 文子问德 .....        | 188 |
| 零零肆 / 人的德行 .....        | 189 |
| 零零伍 / 文子问圣智 .....       | 191 |
| 零零陆 / 文子问王道 .....       | 192 |
| 零零柒 / 王道种类 .....        | 194 |
| 零零捌 / 道的精神与法则 .....     | 196 |
| 零零玖 / 君王如何能得到民众之心 ..... | 197 |
| 零壹零 / 论法典 .....         | 197 |
| 零壹壹 / 文子问政事 .....       | 198 |
| 零壹贰 / 论君主的言令 .....      | 200 |
| <b>第六篇 上 德</b> .....    | 203 |
| 零零壹 / 论君主 .....         | 204 |
| 零零贰 / 自然规律 .....        | 205 |
| 零零叁 / 天道与人道 .....       | 207 |
| 零零肆 / 论感应 .....         | 210 |
| 零零伍 / 论因果 .....         | 211 |
| <b>第七篇 微 明</b> .....    | 213 |
| 零零壹 / 道的内在与外在 .....     | 214 |
| 零零贰 / 言可以表意 .....       | 214 |
| 零零叁 / 论法律 .....         | 215 |
| 零零肆 / 道的本身 .....        | 216 |
| 零零伍 / 圣人施政 .....        | 217 |
| 零零陆 / 论犯罪 .....         | 218 |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 零零柒 / 论积德 .....       | 220 |
| 零零捌 / 人的本性 .....      | 221 |
| 零零玖 / 保全生命的方法 .....   | 222 |
| 零壹零 / 有道之人的处事方法 ..... | 222 |
| 零壹壹 / 关于人道 .....      | 224 |
| <br>                  |     |
| 第八篇 自然 .....          | 227 |
| 零零壹 / 论无为 .....       | 228 |
| 零零贰 / 论宇宙 .....       | 229 |
| 零零叁 / 论天子 .....       | 231 |
| <br>                  |     |
| 第九篇 下德 .....          | 235 |
| 零零壹 / 治身的方法 .....     | 236 |
| 零零贰 / 贤明的君主 .....     | 237 |
| 零零叁 / 重视生命 .....      | 238 |
| 零零肆 / 论行善事 .....      | 239 |
| 零零伍 / 论气 .....        | 240 |
| 零零陆 / 清静无为的政治 .....   | 243 |
| 零零柒 / 会治道之人 .....     | 245 |
| 零零捌 / 天下和谐的法则 .....   | 246 |
| <br>                  |     |
| 第十篇 上仁 .....          | 249 |
| 零零壹 / 论君子的道 .....     | 250 |
| 零零贰 / 精神境界 .....      | 251 |
| <br>                  |     |
| 第十一篇 上义 .....         | 255 |
| 零零壹 / 求学的人 .....      | 256 |
| 零零贰 / 治人之道 .....      | 258 |
| 零零叁 / 道的作用 .....      | 259 |

# 道德经



道可道，非常道；名可名，非常名。无，名天地之始；有，名万物之母。故常无，欲以观其妙；常有，欲以观其徼。此两者同出而异名，同谓之玄。玄之又玄，众妙之门。有物混成，先天地生。寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天地母。吾不知其名，强字之曰道，强为之名曰大。大曰逝，逝曰远，远曰反。故道大，天大，地大，人亦大。域中有四大，而人居其一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然。希言自然。故飘风不终朝，骤雨不终日。孰为此者？天地。天地尚不能久，而况于人乎？故从事于道者，同于道；德者，同于德；失者，同于失。同于道者，道亦乐得之；同于德者，德亦乐得之；同于失者，失亦乐得之。信不足焉，有



道

经

上  
篇

## 眉批：道可道非常道

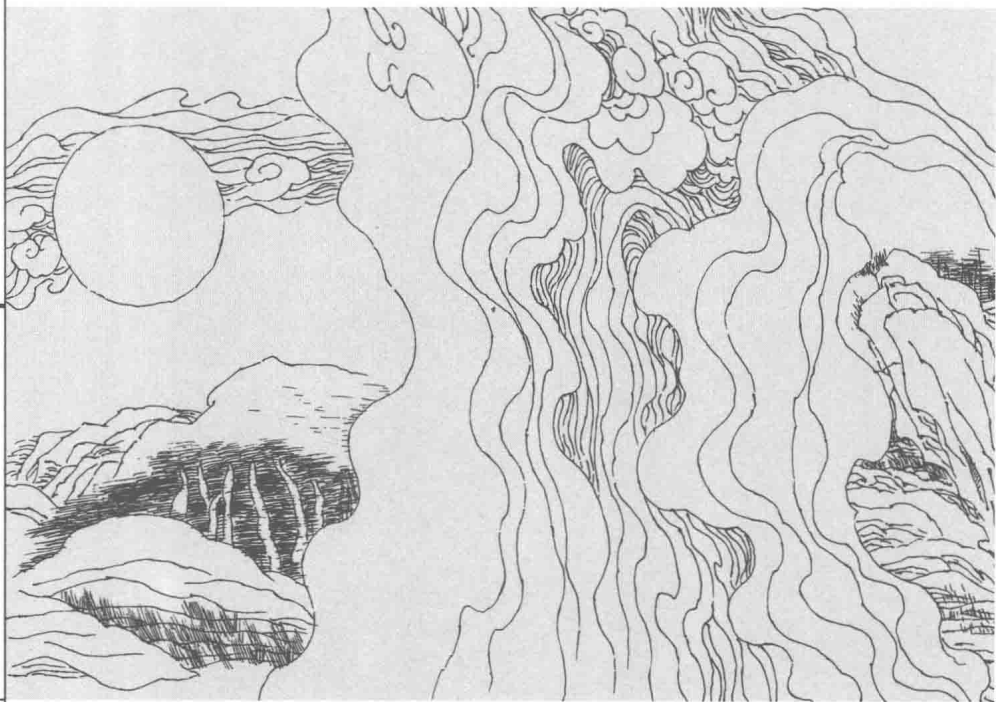
老子强调常道不可言说，把宇宙的本体神秘化，玄妙幽微，深不可测。

### 零零壹 / 道可道非常道

阅读提示：老子第一次提出“道”这个概念，作为自己哲学体系的核心。它是天地万物的本原，微妙玄虚。它的涵义博大精深，可以从历史的角度来认识，也可以从文学的方面去理解，还可以从美学原理去探求，更应从哲学体系的辩证法去思考。它不具有任何质的形式，是一种神秘的精神实体。可以说这一节是《道经》的总纲。

道可道，非常道<sup>①</sup>；名可名，非常名<sup>②</sup>。无，名<sup>③</sup>天地之始<sup>④</sup>；有，名万物之母<sup>⑤</sup>，故常<sup>⑥</sup>无，欲以观其妙<sup>⑦</sup>，常有，欲以观其微<sup>⑧</sup>。此两者同出而异名，同谓之玄。玄之又玄<sup>⑨</sup>，众妙之门<sup>⑩</sup>。

①第一个「道」是名词，指的是宇宙的本原和实质，引申为原理、原则、真理、规律等。第二个「道」是动词，指解说、表述的意思，犹言「说得出」。②第一个「名」是名词，概念，指「道」的形态。第二个「名」是动词，称谓，犹言「叫得出」。说明的意思。③名：指动词，称谓，说明。④始：原始。⑤母：母体，根源。⑥常：经常。⑦妙：微妙的意思。⑧微：边际、边界。引申为端倪的意思。⑨玄：深黑色，玄妙深远的含义。是《老子》中的一个重要概念，有深远看不见的神秘意思。⑩门：一切奥妙变化的总门径，此用来比喻宇宙万物的惟一原「道」的门径。







道是不能言说的，能用文学讲出的“道”，它就不是那个真实、永恒的道了；能用文学形容的那个事物，它就不是那个事物永恒、真实的名了。“无”，用以称述天地之始原；“有”，用以称述万物之根本。

因此；应该从万物永恒的始原状态中去观察“道”的微妙，应该从万物不变的根本之处去观察“道”的端倪。两者同出一源而名称互异，它们都称得上是深远莫测的，从有形的深远境界到达无形的深远境界，这是通向一切奥妙神秘的妙门。

## 零零贰 / 天下皆知美之为美

阅读提示：本节内容分为两个部分。第一部分讲述一切事物的存在，却具有相互依存的关系，集中体现了老子朴素的辩证法思想。他通过日常的社会现象与自然现象，阐述了世间万物的存在，相互作用的关系，论说了对立统一的规律，确认了对立统一是永恒的、普遍的法则。在前一层意思的基础上，后一部分提到“处无为之事，行不言之教”云云，反对社会上的一切变革，主张顺其自然，不争功名。

天下皆知美之为美，斯<sup>①</sup>恶已<sup>②</sup>；天下皆知善之为善，斯不善<sup>③</sup>已。有无相<sup>④</sup>生，难易相成，长短相形<sup>⑤</sup>，高下相倾<sup>⑥</sup>，音声相和，前后相随。是以圣人处无为之事<sup>⑦</sup>，行不言之教，万物作<sup>⑧</sup>焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗<sup>⑨</sup>居。夫唯弗居，是以不去。

当天下的人都知道美好的东西之所以是美好的，那么丑的观念也就产生了；当天下的人都知道善良的之所以是善良的，那么恶的观念也就产生了。因此，有和无互相生成，难和易互相形成，长和短互相显现，高和下互相依存，音与声互相应和，前和后互相相随。

所以，圣人用无为的观点对待世事，用不言的方式施行教化，听任万物自然兴起而不为其创始，生养万物而不据为己有，有所施为，而不自恃己能，功成而不自居。正因为他成就了功业而不居功，就无所谓失去，所以他的功绩永存不朽。

①斯：则，就。②恶已：恶，丑。已，通「矣」。③不善：恶。④相：互相。⑤形：指比较，对照中显现出来的意思。⑥倾：充实，补充，依存。⑦圣人处无为之事：圣人是道家所推崇的最高理想人物，其不同于儒家所说的圣人，二者不能混为一谈。处，担当、担任。无为，顺应自然，不加干涉，不妄为行事。⑧作：兴起、发生、创造。⑨弗：不。